



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PANCASILA



SEXtalk
don't let your talk be louder than your...

Sertifikat

Diberikan Kepada

Dr.med. Abraham Simatupang, dr., M.Kes.

Sebagai narasumber dalam webinar
SexTalk: "Sex & Love in Pandemic Era"

Dr., dr. Robert Sirait, SpAn.

Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Indonesia

Dr. Silverius Y. Soeharso, SE., MM., Psikolog.

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Pancasila



Intervensi Obat untuk Kesehatan Seksual*

Dr.med., dr., Abraham Simatupang, MKes.

Departemen Farmakologi & Terapi FK UKI

abraham.simatupang@uki.ac.id

* Disampaikan dalam Seminar daring "Sex and Love in Pandemic Era", Selasa 25 Agustus 2020

10 Web: x O Does: x O D-App: x How: x What: x Sci-Hu: x Lock: x Lock: x Why: x Corri: x

https://www.stylist.co.uk/life/sexless-relationship-advice-lockdown/410407

STYLIST

FASHION BEAUTY PEOPLE LIFE CAREERS ENTERTAINMENT STRONG WOMEN

LIFE /

Sexless relationships: "Am I the only one not having sex with my partner in lockdown?"

Posted by Megan Murray 26 days ago

f SHARE t TWEET

f LIKE US ON FACEBOOK

t FOLLOW US ON TWITTER

i JOIN US ON INSTAGRAM

Creative Cloud

Make it with Creative Cloud.

Apps for photography, design, video and web

"Now, we're together all the time. Initially, our sex life in lockdown was exciting, but now it's slowed to a trickle. We've become slobbs involved in our work and chores, constantly angry at the news. You're just too tired or angry by the end of it," she adds, talking about the struggle to keep the spark alive.

(Sara Hussain. SEX & RELATIONSHIPS)


Type here to search

https://www.esquire.com/uk/men/sex-relationships/a32006434/sex-life-lockdown-self-isolation/

How To Save Your Sex Life During Lockdown (And Avoid Forced Self-Isolation)

Proximity sounds like a recipe for better sex, but life isn't a Gilly Cooper novel

By Girl On The Net 02/04/2020



WHY TRANSFORM

12-WEEK WORKOUT PLAN WITH ALICE LIVEING

DOWNLOAD NOW

10 Web: x O Does: x O D-App: x How: x What: x Sci-Hu: x Lock: x Lock: x Why: x Corri: x

https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2020/jun/16/lockdown-has-destroyed-our-sex-drive

Advertisement

HUNTED And Killed for his Casque

BirdLife International

Support The Guardian

Available for everyone, funded by readers

Contribute → Subscribe →

Search jobs Sign in Search

The Guardian International edition

News Opinion Sport Culture Lifestyle More

Fashion Food Recipes Love & sex Health & fitness Home & garden Women Men Family Travel Money

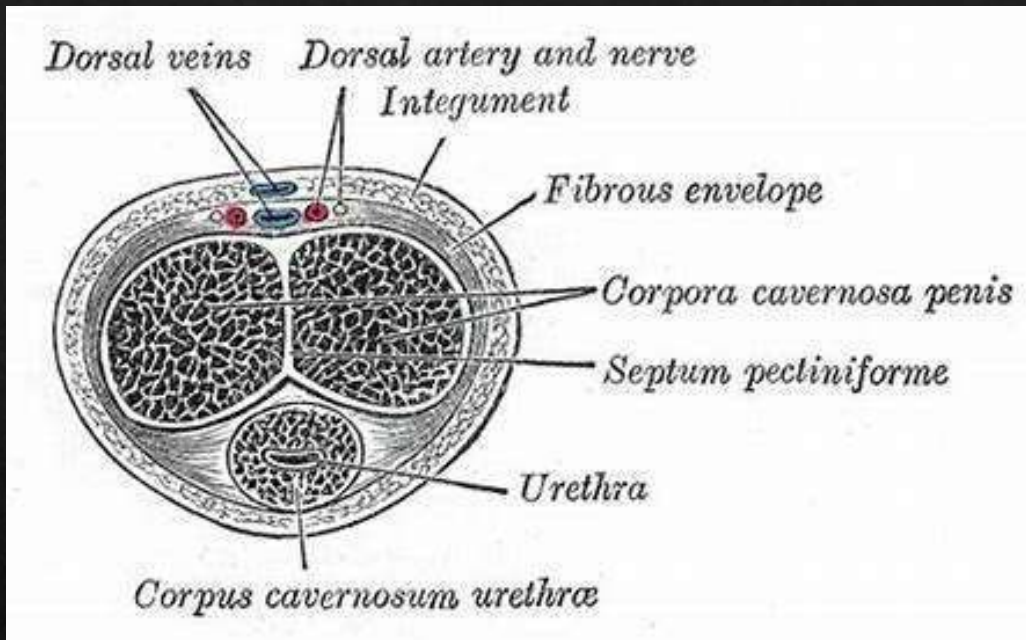
Sexual healing Life and style

Pamela Stephenson Connolly Tue 16 Jun 2020 09:00 BST

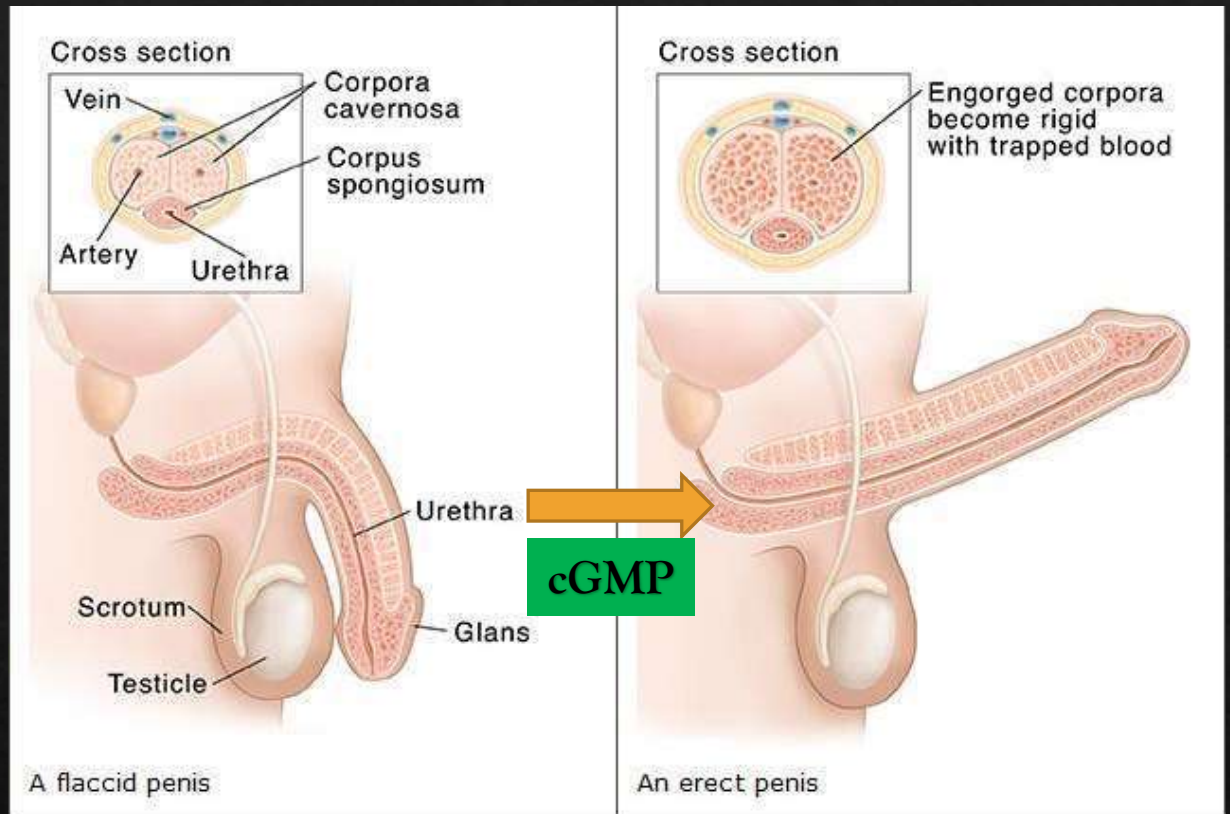
Lockdown has destroyed our sex drive

He lost his libido first – and that led to me losing mine. Is our relationship over?

Open to all, supported by you



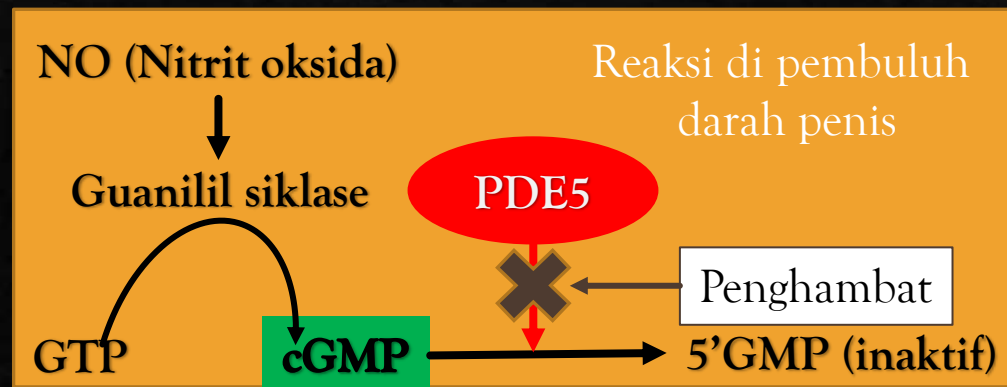
Penampang Penis



0-5 months	3.9 ± 0.8 cm
6-12 month	4.3 ± 0.8 cm
1-2 years	4.7 ± 0.8 cm
2-3 year	5.1 ± 0.9 cm
3-4 years	5.5 ± 0.9 cm
4-5 years	5.7 ± 0.9 cm
5-6 years	6.0 ± 0.9 cm
8-9 years	6.3 ± 0.9 cm
10-11 years	6.4 ± 0.9 cm
Adult	13.3 ± 1.3 cm

Panjang penis sesuai umur

Ereksi Penis



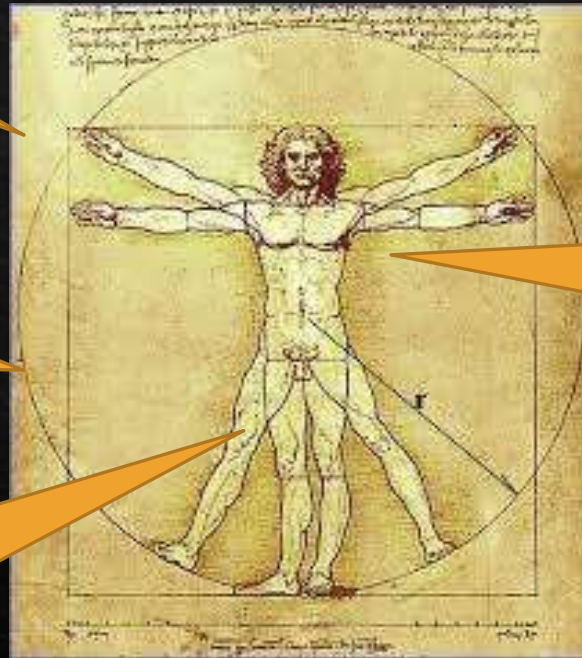
Sudut	Prosentase populasi	Sudut ereksi
0-30	5	
30-60	30	
60-85	31	
85-95	10	
95-120	20	
120-180	5	

Penyebab Disfungsi Ereksi

Penyakit Kronis:
Diabetes,
Hipertensi

Obat-obat:
Antidepresan,
Antihipertensi,
Hormon

Kelainan organ
(Peny. Peyronie),
trauma, pasca
operasi



Psikogenik
(Stress,
Depresi, dll)

Gaya hidup:
Merokok, alkohol,
kurang tidur,
sedentary/kurang
gerak, kurang olah-
raga

Instrumen Pemeriksaan DE - Int. Index of Erectile Function (IIEF):
EF score 26-30; mild ED = score 22-25; mild-to-moderate ED = score 17-21;
moderate ED = score 11-16; severe ED = score 6-10 atau 1-10

Obat yang dapat menyebabkan disfungsi seksual

◈ Antidepresan (obat antidepresi)

- Tricyclic antidepressants: amitriptyline (Elavil), doxepin (Sinequan), imipramine (Tofranil), dan nortriptyline (Aventyl, Pamelor)
- Monoamine oxidase inhibitors (MAOIs): phenelzine (Nardil) dan tranylcypromine (Parnate)
- Antipsikosis: thioridazine (Mellaril), thiothixene (Navane), dan haloperidol (Haldol)
- Anti-mania : lithium carbonate (Eskalith, Lithobid)
- Selective serotonin reuptake inhibitors (SSRIs): fluoxetine (Prozac), sertraline (Zoloft), dan paroxetine (Paxil).
- Antidepresan meningkatkan Serotonin di otak: pasien menjadi kalem, tenang, cemas berkurang
- **Fungsi seksual (pada kedua jenis kelamin): menurun (libido menurun, ereksi menurun)**

◈ Obat Anti-hipertensi

- Diuretika (membuat pasien banyak kencing): spironolactone (Aldactone) dan golongan thiazides (Diuril, Naturetin)
- Obat-obat bekerja di pusat: methyldopa (Aldomet) dan reserpine (Serpasil, Raudixin)
- Penghambat α -Adrenergic : prazosin (Minipress) dan terazosin (Hytrin)
- Penghambat β -adrenergic: propranolol (Inderal) dan metoprolol (Lopressor)

◈ Hormon

- Leuprolide (Lupron)
- Goserelin (Zoladex)

Impotensi

Impotensi sendiri adalah ketidakmampuan untuk mendapatkan dan/atau mempertahankan ereksi yang cukup kuat untuk melakukan hubungan seksual.

Beberapa gejala umum yang biasa terjadi pada gangguan ereksi di antaranya:

- ♦ Kesulitan ereksi
- ♦ Kesulitan mempertahankan ereksi selama aktivitas seksual
- ♦ Berkurangnya gairah seksual

Selain gejala tersebut, beberapa kondisi berikut juga berkaitan erat dengan disfungsi ereksi.

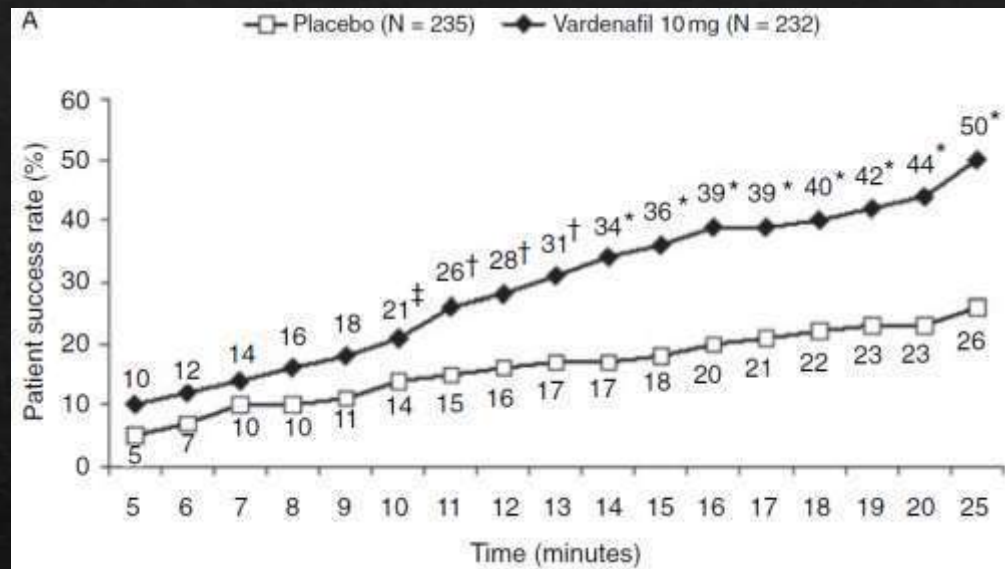
- ♦ Ejakulasi dini
- ♦ Ejakulasi tertunda
- ♦ Anorgasmia atau ketidakmampuan untuk mencapai orgasme



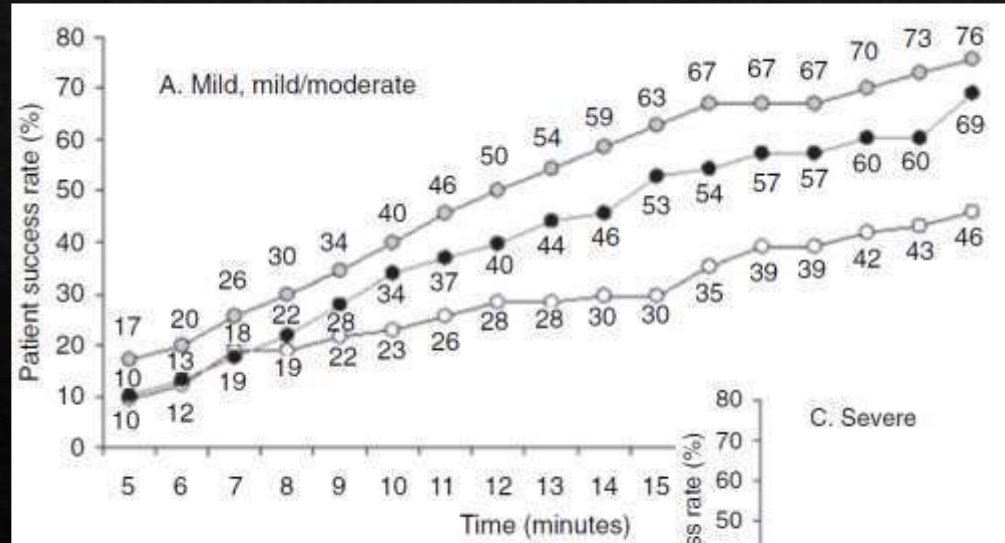
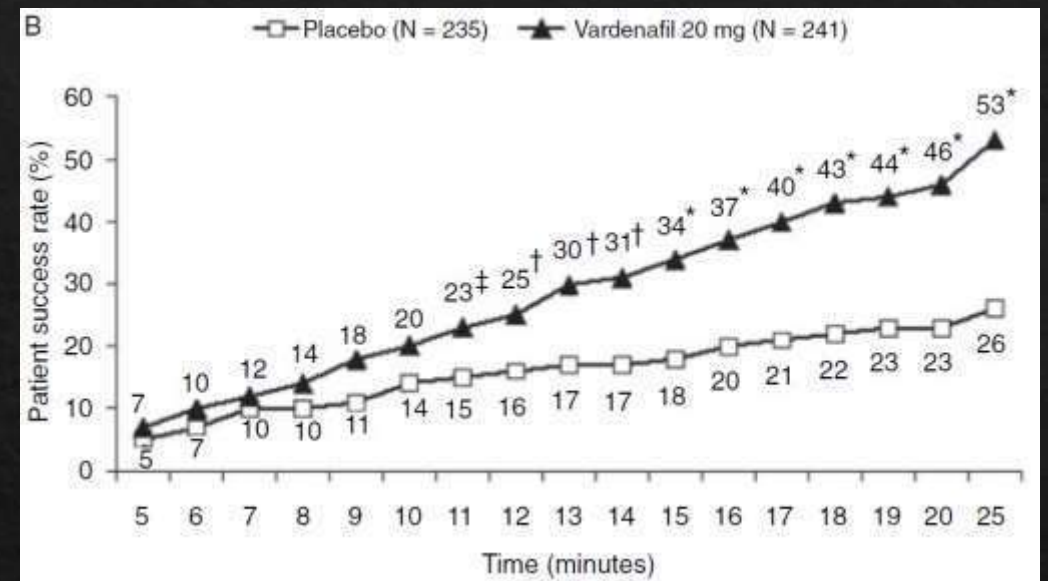
❖ PDE5-inhibitor (sildenafil, vardenafil, tadalafil, dll)

Intervensi Obat

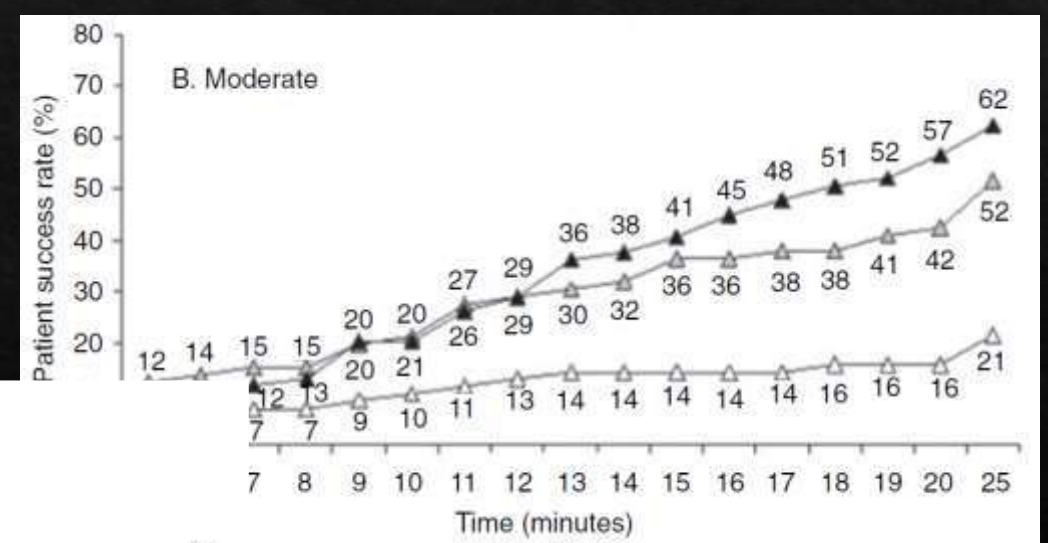
	Sildenafil (Viagra®)	Vardenafil (Levitra®)	Tadalafil (Cialis®)
Dosis awal	50 mg oral/1 x/hari	10 mg oral/1 x/hari (1-2 jam sebelum aktivitas seksual) Umur > 65 thn, 5 mg oral	10 mg oral/1 x/hari (1 jam sebelum aktivitas seksual). Bisa ditingkatkan ke 20 mg.
Maintenans	25-100 mg oral/1 x/hari	10-20 mg/1 x/hari	
Mulai kerja obat	30 menit	25 menit	16-45 menit
Durasi Ereksi	26, 11, 8 menit (1, 8, 12 jam)	>10 menit (dosis 10 mg), >11 menit (dosis 20 mg)	
Lama kerja obat	4 – 12 jam (100 mg)	8-12 jam	36 jam
Efek samping umum	Flushing, Mual, Sakit kepala		
Efek samping jangka Panjang	Gangguan mata, stroke, ketergantungan psikologis		
Tidak boleh bersamaan dengan obat-obat	ISDN, Isosorbid mononitrate, nitrogliserin (obat Angina pektoris), amlodipine (obat hipertensi) → tekanan darah ↓ Bersamaan obat HIV (Indinavir, Ritonavir, Atazanavir), Ketokonazol → kurangi dosis		



Sexual Encounter Profile-3 (SEP-3)



Derajat Disfungsi Ereksi



Vardenafil vs Plasebo

J Sex Med 2004; 1: 168-178

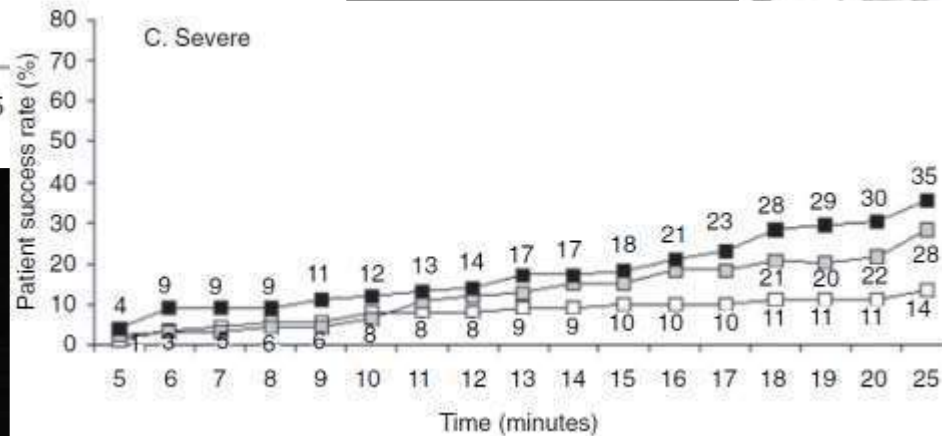


TABLE 2 The IIEF domain and individual question scores

Domain or question	Baseline mean endpoint score		Assessment period mean endpoint score		Mean change from baseline		P*
	Sildenafil	Tadalafil	Sildenafil	Tadalafil	Sildenafil	Tadalafil	
IIEF domains:							
Erectile function	14.3	14.2	23.9	24.3	9.6	10.1	0.084
Orgasmic function	5.8	5.8	7.8	8.0	2.0	2.2	0.034
Sexual desire	6.7	6.7	7.2	7.4	0.5	0.7	0.028
Intercourse satisfaction	6.9	6.8	11.3	11.5	4.5	4.6	0.202
Overall satisfaction	4.4	4.4	7.6	7.8	3.2	3.4	0.036
Individual IIEF questions:							
Erection frequency	3.04	3.02	4.22	4.30	1.18	1.29	0.136
Erection firmness	2.57	2.57	4.14	4.26	1.57	1.70	0.011
Penetration ability	2.63	2.63	4.24	4.27	1.61	1.65	0.427
Maintenance frequency	2.06	2.05	3.96	4.04	1.90	1.99	0.153
Maintenance ability	2.11	2.08	3.96	3.92	1.85	1.85	0.814
Intercourse frequency	2.74	2.76	3.88	3.81	1.14	1.05	0.170
Intercourse satisfaction	2.02	1.99	3.86	3.98	1.84	1.99	0.053
Intercourse enjoyment	2.09	2.06	3.54	3.65	1.46	1.59	0.019
Ejaculation frequency	3.05	3.03	4.04	4.14	0.99	1.11	0.063
Orgasm frequency	2.78	2.76	3.76	3.90	0.98	1.14	0.063
Desire frequency	3.53	3.52	3.74	3.81	0.21	0.30	0.128
Desire level	3.11	3.13	3.43	3.55	0.32	0.42	0.017
Overall satisfaction	2.01	1.98	3.71	3.83	1.70	1.85	0.044
Relationship satisfaction	2.41	2.39	3.86	3.95	1.45	1.56	0.042
Erection confidence	1.89	1.87	3.40	3.54	1.51	1.67	0.012

n = 304–311; P* change from baseline to endpoint sildenafil compared with tadalafil. No adjustment was made to P-values for multiple comparisons. For both sildenafil and tadalafil, endpoint scores were significantly greater ($P < 0.05$) than baseline scores for all IIEF domains and individual IIEF questions.

Sildenafil vs Tadalafil

TABLE 3 The SEP diary question responses – mean per patient percentage of 'yes' responses

SEP diary questions	Mean baseline score		Assessment period mean post-baseline score		Mean change from baseline		P*
	Sildenafil	Tadalafil	Sildenafil	Tadalafil	Sildenafil	Tadalafil	
SEP1, some erection	70.2	69.5	89.4	91.3	19.2	21.8	0.026
SEP2, successful penetration	46.4	45.8	82.5	84.6	36.0	38.7	0.063
SEP3, successful intercourse	19.4	19.4	72.2	76.9	52.8	57.6	0.003
SEP4, satisfaction with hardness	6.6	7.0	62.9	66.3	56.3	59.3	0.096
SEP5, overall satisfaction	5.4	5.7	60.0	64.6	54.6	58.8	0.021

2005BJU INTERNATIONAL | 96, 1323–1332

n = 306–307; P* change from baseline to post-baseline sildenafil compared with tadalafil. No adjustment was made to P-values for multiple comparisons. For both sildenafil and tadalafil, post-baseline scores were significantly greater ($P < 0.05$) than baseline scores for all SEP diary questions.

Sildenafil vs Plasebo

Int.J Impot Res (2007) 19, 281–295

Table 1 Outcome of clinical trials of sildenafil in patients with ED of varying etiologies

Reference	Number of patients	Outcome ^a with sildenafil 100 mg
57	532	Improved erections in 84% (placebo, 25%)
57	329	Improved erections in 74% (placebo, 19%)
58	254	Improved erections in 83% (placebo, 52%)
59	315	Improved erections in 82% (placebo, 24%)
60	133	Improved erections in 83% (placebo, 60%)
61	514	Improved erections in 86% (placebo, 24%)

Obat “Herbal”

- ❖ Yohimbine (*Pausinystalia johimbe*), Afrika Barat
- ❖ Sebagai aprodisiak, tonikum dan dipercaya dapat meningkatkan “sexual performance”
- ❖ Digunakan juga untuk meningkatkan pembakaran lemak, menurunkan berat badan
- ❖ Penggunaan harus jangka panjang untuk memberikan efek
- ❖ Dosis DE: 5-10 mg, 3 x sehari, selama 8 minggu
- ❖ Bukti secara uji klinis belum meyakinkan
- ❖ Efek samping: (Sering) sakit kepala, mual, peningkatan ingin kencing; insomnia, cemas, gelisah, iritabilitas; (Jarang) tekanan darah dan nadi naik, palpitasi, kepala berat, muntah, anoreksia, gangguan pencernaan, diare, berkeringat, gemetar, reaksi alergi, nervous; (Sangat jarang) hipotensi, tremor, bangkitan asthma, eksantema

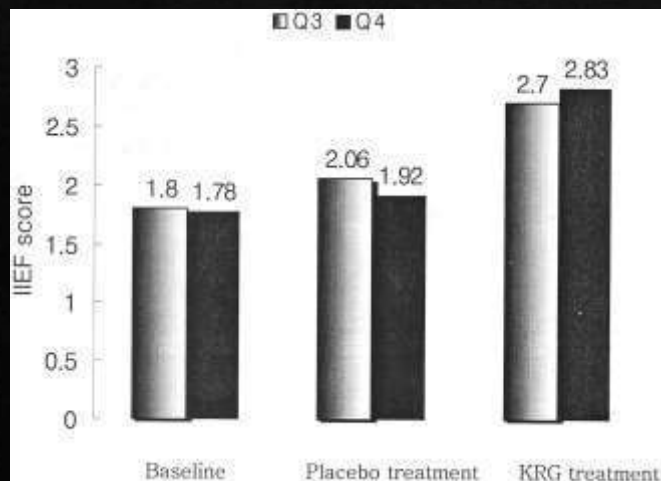


❖ *Panax ginseng* (Korean red ginseng, Chinese ginseng)

- Penggunaan secara tradisional: boost the immune system
- Memperbaiki kesehatan jantung, mengobati diabetes, meningkatkan energi, mengurangi stress
- Mengobati impotensi (belum disetujui oleh FDA)
- Tersedia dalam bentuk kapsul, serbuk, teh, dan minuman
- Menurut studi di *International Journal of Impotence Research*: 119 pria dengan DE ringan sd sedang diberi red ginseng 350 milligram (mg) 4 kali sehari lawan plasebo selama 8 minggu. Pengukuran di akhir minggu ke-4 dan ke-8.
- Hasil: IIEF berubah 17.17 ± 2.57 ke 18.59 ± 5.99 di group ginseng vs plasebo ($P < 0.05$).
PEDT membaik signifikan dari 9.14 ± 4.57 ke 7.97 ± 4.4 dan 7.53 ± 4.26 pada group ginseng setelah minggu ke-4 dan minggu ke-8 dibandingkan plasebo ($P < 0.05$).



J Urol 2002, 168: 2070-3



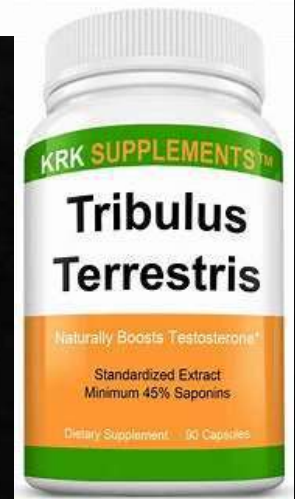
Parameters	Mean Baseline \pm SD	Mean Ginseng \pm SD	Mean Placebo \pm SD	p Value (paired Student's t test)
<i>Sonography</i>				
Velocity (cm./sec.):				
End diastolic	4.15 ± 3.94	3.82 ± 3.79	4.08 ± 3.38	0.708
Peak systolic	35.39 ± 19.13	39.48 ± 22.29	37.45 ± 20.01	0.534
<i>RigiScan</i>				
% Rigidity:				
Tip	34.21 ± 33.11	44.51 ± 28.84	40.42 ± 30.21	<0.05
Base	47.41 ± 35.88	59.31 ± 32.08	57.48 ± 33.74	0.13
Tumescence (cm.):				
Tip	1.62 ± 0.89	2.33 ± 1.26	2.33 ± 1.37	0.65
Base	2.19 ± 0.99	2.95 ± 1.43	2.93 ± 1.75	0.51

- ❖ Maca (*Lepidium meyenii*)
- ❖ Tanaman tumbuh di pegunungan Andes, Peru
- ❖ Penggunaan tradisional: dikonsumsi melalui mulut utk "tired blood" (anemia), meningkatkan fertilitas, disfungsi seksual, dan kondisi lainnya. Namun tidak didukung bukti ilmiah yang baik.
- ❖ Dipersiapkan dalam bentuk sup, dipanggang, dll.
- ❖ Suatu studi menunjukkan konsumsi Maca selama 12 minggu dapat meningkatkan keinginan seksual pada laki-laki dewasa sehat.
- ❖ Studi lain mengonsumsi Maca selama 4 bulan meningkatkan jumlah semen dan sperma, namun belum tentu meningkatkan fertilitas (kesuburan).



❖ *Tribulus terrestris*

- ❖ Kemungkinan efektif untuk: masalah kurang bisa menikmati aktivitas seksual.
- ❖ Studi menunjukkan Tribulus dapat meningkatkan kepuasan seks pada perempuan dengan disfungsi seksual atau memiliki gairah seks yang rendah.
- ❖ Tribulus diperkirakan meningkatkan gairah seks, rangsangan, sensasi, kemampuan mencapai orgasme, lubrikasi dan rasa nyaman seksual.
- ❖ Tidak memiliki bukti yang kuat untuk mengobati Disfungsi ereksi
- ❖ Efek samping: ibu hamil dan menyusui dianjurkan tidak minum suplemen ini. Tribulus bisa menurunkan kadar gula darah → hati-hati bila bersamaan minum obat anti diabetes!



Obat-obat lainnya

- ◊ DHEA (*dehidroepiandrosteron*): steroid pada pria berkaitan dgn banyak hal termasuk disfungsi ereksi. Kadar menurun seiring pertambahan usia.
- ◊ Bila pada usia muda kadar rendah → kemungkinan DE meningkat
- ◊ Pada usia 50-65 tahun:
- ◊ Pemberian 50 mg: meningkatkan *well-being*
- ◊ Pemberian 100 mg: meningkatkan massa dan kekuatan otot

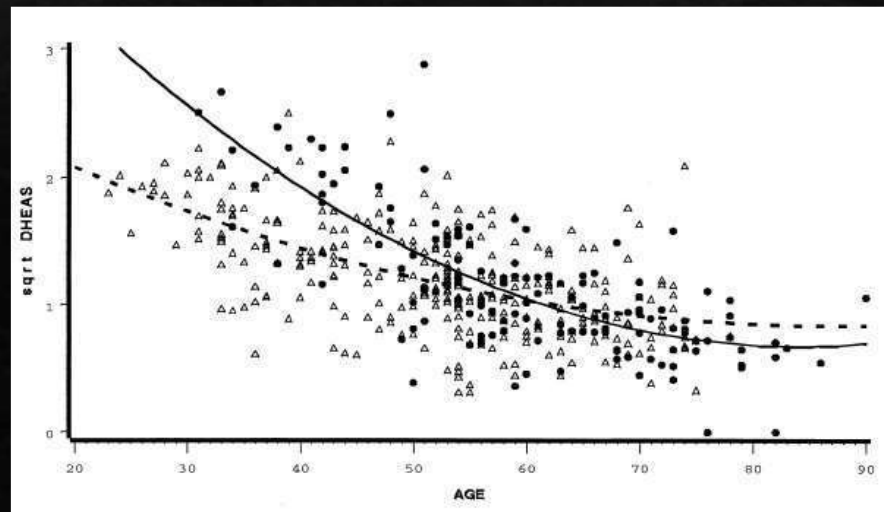


TABLE 1. DHEAS serum concentrations by age category

Age Category (yr)	n	Mean \pm SD ($\mu\text{g/mL}$)	Range ($\mu\text{g/mL}$)
Controls			
<40	8	4.64 ± 1.83	1.75–7.11
40–49	16	3.48 ± 1.54	0.53–6.23
50–59	41	1.61 ± 1.37	0.13–8.30
60–69	32	0.95 ± 0.56	0.21–2.55
≥ 70	36	0.66 ± 0.48	0.00–2.51
ED patients			
<40	54	$2.84^* \pm 1.24$	0.38–6.29
40–49	52	$1.89^* \pm 0.97$	0.37–5.23
50–59	118	1.42 ± 0.79	0.10–4.08
60–69	59	1.03 ± 0.61	0.20–3.13
≥ 70	25	0.94 ± 0.89	0.11–4.39

KEY: DHEAS = dehydroepiandrosterone sulfate.

* Significantly different from the control group (one-tailed *t* test based on the square root of DHEAS; $P < 0.0015$).

- ◈ Testosteron
- ◈ Merupakan hormone sex laki-laki dan perempuan
- Kadar testostosterone rendah pada pria: hair loss, kekuatan dan massa otot menurun, kulit yg fragile, gairah seks menurun, gangguan mood, problem konsentrasi dan mengingat
- Kadar rendah pada perempuan: gangguan menstruasi, gairah sex rendah, kekeringan vagina, tulang melemah, masalah fertilitas

Kadar Testosteron pada pria dan perempuan

Umur	Pria (ng/dL)	Perempuan (ng/dL)
0-5 bulan	75-400	20-80
6 bulan - 9 tahun	Kurang dari 7-20	Kurang dari 7-20
10-11 tahun	Kurang dari 7-130	Kurang dari 7-44
17-18 tahun	300-1.200	20-75
≥ 19 tahun	240-950	8-60

EURURO-7314; No. of Pages 12, 2017

Meta analisis: 137 artikel, 2298 partisipan, rata2 follow-up of 40.1 minggu, rata2 umur 60.2 ± 6.5 thn.

Menggunakan IIEF erectile function domain (IIEF-EFD).

Hasil:

Fungsi ereksi TTh vs plasebo meningkat (perbedaan rata2= 2.31 [1.41;3.22] IIEF-EFD score, $p < 0.0001$). Pasien dgn hipogonad berat (total T < 8 nmol/l) berhasil baik dibandingkan yang sedang, defisiensi total (total T < 12 nmol/l; 1.47 [0.90;2.03] dan 2.95 [1.86;4.03] dengan total T < 12 nmol/l and <8 nmol/l, berturut-turut, $Q = 5.61$, $p = 0.02$).

Take Home Messages

- ◈ Disfungsi Ereksi salah satu masalah utama disfungsi seksual pada pria, menimpa lebih kurang 70% pria
- ◈ Penyebab DE multi faktor (psikogenik, obat2an, kelainan organ, penyakit metabolik kronik, gaya hidup)
- ◈ Pengobatan DE harus komprehensif dan simultan menyentuh faktor-faktor penyebabnya → perlu pemeriksaan dan pengobatan secara menyeluruh oleh tenaga profesional
- ◈ Terapi obat secara obat konvensional terutama golongan penghambat PDE5 (sildenafil, vardenafil, tadalafil, dll); Patuhi aturan dosis & pemakaian!
- ◈ Terapi secara tradisional (herbal) a.l. yohimbine, panax ginseng, ginkgo biloba, dll masih perlu pembuktian yang lebih signifikan. Saat ini banyak masih berupa suplemen
- ◈ Perhatian: tidak semua sediaan herbal murni, seringkali dicampur dengan obat konvensional!

